

## «Turmhaus»-Veranstaltungsplan im Januar 2019

Wir sind von Montag bis Freitag, 10 bis 17 Uhr, für Sie da. Am Mittwoch, 16.1. 2019 haben wir für Sie bis um 20 Uhr geöffnet.

Kurse	«Turmhaus am Mittwoch»	«Gemeinsame Lichtblicke»	Selbsthilfegruppen	Beratung
<p><b>Kursinformationen</b> siehe «Kursprogramm» oder <a href="http://www.krebsligazuerich.ch/kurse">www.krebsligazuerich.ch/kurse</a>.</p> <p><b>Anmeldungen:</b> <a href="mailto:turmhaus@krebsligazuerich.ch">turmhaus@krebsligazuerich.ch</a> oder telefonisch unter der Nummer 052 214 80 00.</p> <p><b>Weitere Kurse:</b></p> <p><b>Zentangle®</b> (Montag) ab 14.1.2019, 14-16 Uhr</p> <p><b>Kreatives Malen und Gestalten</b> (Mittwoch) ab 23.1.2019, 10-11.45 Uhr</p>	<p><b>Yoga Nidra</b> 9.1.2019, 14-16 Uhr Mit Karin Ahuja-Sigrist, Yogalehrerin</p> <p><b>Hypnose und Craniosacraltherapie bei Trauma</b> 16.1.2019, 14-16 Uhr Mit Cecile Ritscher und Eva Reich</p> <p><i>Für diese Anlässe sind keine Anmeldungen nötig.</i></p>	<p><b>Brunch</b> Mittwoch, 9.1.2019, 10-13 Uhr Mit Antje Mirwald und Barbara Günthard</p> <p><i>Unkostenbeitrag CHF 15.–</i></p> <p><i>Wir bitten um eine Anmeldung bis 7.1.2019</i></p> <p><b>Verlegt, verloren, verschwunden, geklaut!</b> Mittwoch, 23.1.2019, 14-15 Uhr Mit Therese Jost, Märchenerzählerin</p> <p><i>Für diesen Anlass ist keine Anmeldungen nötig.</i></p> <p><b>Spielnachmittage</b> Freitag, 11. und 25.1.2019, 14-15 Uhr</p>	<p><b>Selbsthilfegruppe Multiples Myelom</b> Dienstag, 22.1.2019, 17-19 Uhr Unter der Leitung von Heini Zingg</p> <p><i>Bitte Abendeingang benutzen.</i></p> <p><i>Für dieses Treffen ist eine Anmeldung nötig</i></p>	<p><b>Therapie abgeschlossen – Bin ich jetzt krank oder gesund?</b> <i>Nach Vereinbarung</i> Mit Antje Mirwald, Leiterin «Turmhaus», Pflegefachfrau.</p> <p>Eine Beratung und Unterstützung für Krebsbetroffene und Angehörige zu Fragen über Folgeerscheinungen aufgrund von Therapien.</p> <p><i>Wir bitten um eine Anmeldung.</i></p>
			<p><b>Regelmässige Treffen</b></p> <p><b>Mittagspause gemeinsam im «Turmhaus» geniessen</b> Montag-Freitag, 12-13 Uhr</p> <p><b>Gedächtnistraining für Männer</b> 30.1.2019, 14-16 Uhr Mit Leo Berginz, Freiwilliger Mitarbeiter im «Turmhaus»</p> <p><i>Für diese Anlässe sind keine Anmeldungen nötig.</i></p>	<p><b>Vortrag</b></p> <p><b>Wer beherrscht wen?</b> Vom Umgang mit Rezidiv- und Progredienz-Angst Mittwoch, 16.1.2019, 18.30-20 Uhr Mit Dr. Magdalena Maria Berkhoff, Ärztliche Leitung Praxis für Psychoonkologie der Krebsliga Zürich</p> <p><i>Wir bitten um eine Anmeldung bis Montag, 14.1.2019</i></p>

Bei kostenlosen Veranstaltungen freuen wir uns über jeden Beitrag an unseren Unkosten.

**Vorschau** 6.2.2019: Bewerbungen mit Mirjam Inauen  
13.2.2019: Geschichten mit Michael Chiller  
20.2.2019: Helden des Slapstick mit Felix Wicki

Das Begegnungs- und Informationszentrum «Turmhaus» für Krebsbetroffene ist ein Projekt der Krebsliga Zürich in Kooperation mit dem Kantonsspital Winterthur. Es bietet krebskranken Menschen und ihren Angehörigen Raum, um sich auszuruhen, sich auszutauschen und sich zu informieren. Mehr Informationen unter [www.krebsligazuerich.ch](http://www.krebsligazuerich.ch)

- Krebsliga des Kantons Zürich, Freiestrasse 71, 8032 Zürich, Tel. 044 388 55 00, [info@krebsligazuerich.ch](mailto:info@krebsligazuerich.ch)
- «Turmhaus», Haldenstrasse 69, 8400 Winterthur, Tel. 052 214 80 00, [turmhaus@krebsligazuerich.ch](mailto:turmhaus@krebsligazuerich.ch)

Postkonto 87-710741-7